

日	曜	午前おやつ(3歳未満)	給食: こんだて	「ねつ」や「ちから」になるたべもの	「ち」や「にく」になるたべもの	「からだのちようし」をととのえるたべもの	午後のおやつ	
1	木	すきむみるく みにくらかー	かれーらいす とうふさらだ	米 じゃが芋 油 カレールウ ぼたぼた焼き	スキムミルク 鶏肉 豆腐 いりこ	人参 玉ねぎ いんげん しめじ きゅうり もやし ブロッコリー ささめ昆布 りんご	すきむみるく ぼたぼたやき いりこ・りんご	
2	金	すきむみるく べびーせんべい	ごはん にらたまあんかけ みそしる	米 さつま芋 きび糖 片栗粉 里芋 薄力粉 バター 油 ジャム ベーキングパウダー	スキムミルク 卵 カニスティック 豚肉 麦みそ	にら 玉ねぎ 人参 もやし 小松菜 大根	すきむみるく ☆すとりーべりー まふいん	
3	土	すきむみるく たまごぼーろ	ごはん きんぴらごぼう かきたまじる	米 じゃが芋 油 片栗粉 源氏パイ	スキムミルク 豚肉 厚揚げ かつお節 卵 竹輪	ごぼう 人参 いんげん 山東菜 葉ねぎ オレンジ	すきむみるく げんじばい いりこ・おれんじ	
5	月	すきむみるく りんご	ごはん ごもくいため みそしる	米 春雨 油 ごま油 さつま芋 きび糖 バター	スキムミルク かまぼこ かつお節 油揚げ いりこ 麦みそ 卵	もやし 人参 ピーマン 玉ねぎ しいたけ かぼちゃ 白菜 にら	すきむみるく ☆すいーとぼてと	
6	火	すきむみるく しがーびすけつと	ごはん からあげ きゅうりのごまあえ みそしる	米 油 薄力粉 片栗粉 ごま カルシウムせんべい	スキムミルク 鶏肉 豆腐 いりこ 麦みそ	きゅうり 人参 もやし チンゲン菜 大根 葉ねぎ バナナ	すきむみるく かるしうむせんべい いりこ・ばなな	
7	水	すきむみるく おれんじ	ごはん かぼちゃのそぼろに そーめんじる	米 じゃが芋 片栗粉 油 ソーメン 薄力粉 サンザタ ベーキングパウダー	スキムミルク 鶏肉 かつお節 卵	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 グリーンピースわかめ オクラ 葉ねぎ	すきむみるく ☆あんだぎ	
8	木	すきむみるく ばなな	ごはん さかなのやさいあんかけ みそしる	米 油 片栗粉 じゃが芋 丸ボーロ	スキムミルク 赤魚 かつお節 いりこ 麦みそ	玉ねぎ 人参 ピーマン 黒きくらげ チンゲン菜 しめじ りんご	すきむみるく まるぼーろ いりこ・りんご	
9	金	すきむみるく どうぶつびすけつと	ぱん ぼてとぐらたん とまとすーぶ	パン じゃが芋 薄力粉 バター パン粉 マカロニ 米 ごま	スキムミルク ツナ ベーコン	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ ブロッコリー トマト 枝豆	すきむみるく ☆おにぎり えだまめ	
10	土	すきむみるく かるしうむうえはー	ごはん しまかまぼこのやさしいため もずくすーぶ	米 じゃが芋 油 ごま油 厚切りパウム	スキムミルク 島かまぼこ 厚揚げ 豆腐 かつお節 いりこ	キャベツ 玉ねぎ 人参 にら 生姜 もずく ほうれん草 オレンジ	すきむみるく あつぎりばうむ いりこ・おれんじ	
12	月	すきむみるく おれんじ	ごはん ふちゃんぶる みそしる	米 麩 油 ホットケーキミックス マヨネーズ	スキムミルク 卵 ランチョンミ かつお節 いりこ 麦みそ ウインナー	キャベツ 人参 もやし にら 大根 小松菜 えのき	すきむみるく ☆ういんなーぱん	
13	火	すきむみるく みにくらかー	ちきんらいす きやべつすーぶ おれんじ	米 油 麩 ごま油 雪の宿	スキムミルク 鶏肉 かつお節 いりこ	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン キャベツ もやし 葉ねぎ オレンジ バナナ	すきむみるく ゆきのやど いりこ・ばなな	
14	水	すきむみるく きなこもちせんべい	ごはん こうやどうふのにつけ ちゅうかすーぶ	米 油 片栗粉 ごま油 ホットケーキミックス きび糖 ベーキングパウダー	スキムミルク 鶏肉 高野豆腐 かつお節 卵 カニスティック	大根 人参 いんげん しいたけ 白菜 にら	すきむみるく ☆にんじんけーき	
15	木	すきむみるく ばなな	ごはん さかなのてんぶら きやべつのごまあえ みそしる	米 薄力粉 油 北の卵サブレ	スキムミルク 赤魚 卵 油揚げ いりこ 麦みそ	キャベツ きゅうり 昆布 大根 人参 にら りんご	すきむみるく きたのたまごさぶれ いりこ・りんご	
16	金	すきむみるく まんなびすけつと	ごはん さつま芋のうまに みそしる	米 さつま芋 じゃが芋 油 きび糖 乾パン	スキムミルク 鶏肉 かつお節 豆腐 いりこ 麦みそ 生クリーム	玉ねぎ 人参 いんげん しいたけ チンゲン菜 なす みかん(缶)	すきむみるく ☆みかんむーす かんぱん (ひよこ:べびーせんべい)	
17	土	すきむみるく べびーせんべい	ごはん あつあげのそぼろに あおさじる	米 じゃが芋 片栗粉 油 麩 ハーベストビスケット	スキムミルク 鶏肉 厚揚げ かつお節 いりこ	玉ねぎ 人参 グリーンピース 青さ もやし 葉ねぎ オレンジ	すきむみるく はーべすとびすけつと いりこ・おれんじ	
19	月	すきむみるく しがーびすけつと	ごはん ちきんぴーんず みそしる	米 じゃが芋 油 薄力粉 ホットケーキミックス きび糖	スキムミルク 鶏肉 大豆 豆腐 いりこ 麦みそ 卵 ベーキングパウダー	玉ねぎ いんげん 人参 キャベツ 大根 にら バナナ	すきむみるく ☆ばななけーき	
20	火	すきむみるく たまごぼーろ	ごはん さかなふらい きやべつのごまあえ もずくすーぶ	米 薄力粉 パン粉 油 ごま 麩 黒糖みるくせんべい	スキムミルク 赤魚 卵 かつお節 いりこ	キャベツ 人参 きゅうり もずく もやし にら りんご	すきむみるく こくとうみるくせんべい いりこ・りんご	
21	水	すきむみるく こつかふひりつ れ	ぱん くらむちやうだー はるさめのすのもの	パン じゃが芋 薄力粉 バター 春雨 きび糖 米	スキムミルク ベーコン 生クリーム 卵 カニスティック	玉ねぎ 人参 グリーンピース レタス きゅうり コーン 枝豆	すきむみるく ☆おにぎり えだまめ	
22	木	すきむみるく ばなな	ごはん ちくぜんに かきたまじる	米 じゃが芋 油 こんにやく サンザタ 上もち粉 ベーキングパウダー	スキムミルク 鶏肉 かつお節 卵 竹輪	ごぼう れんこん 人参 しいたけ いんげん 山東菜 葉ねぎ	すきむみるく ☆じゃがいももち	
23	金	やくると おれんじ	おたんじょうかい めにゅー				🎁おたんじょうび おめでとう!!!🎁	すきむみるく けーき ぱいん
24	土	すきむみるく べびーせんべい	ごはん だいこんのもの そーめんじる	米 油 ソーメン チョコビスケット	スキムミルク 鶏肉 卵 カニスティック かつお節 いりこ	大根 人参 いんげん 昆布 チンゲン菜 りんご	すきむみるく ちよいすびすけつと いりこ・りんご	
26	月	すきむみるく みにくらかー	ごはん じゃがいもきんぴら ベーコンすーぶ	米 じゃが芋 ごま 油 きび糖 リッツ	スキムミルク 厚揚げ 鶏肉 かつお節 ベーコン ヨーグルト 生クリーム	大根 人参 グリーンピース しめじ キャベツ 葉ねぎ みかん(缶)	すきむみるく ☆よーぐるとむーす りつ	
27	火	すきむみるく かるしうむうえはー	ごはん かきあげ みにとまと みそしる	米 さつま芋 薄力粉 油 マリービスケット	スキムミルク 卵 豆腐 いりこ 麦みそ	人参 玉ねぎ 青さ トマト 小松菜 なす えのき りんご	すきむみるく まりーびすけつと ひよこ:まんなびすけつと いりこ・りんご	
28	水	すきむみるく おれんじ	ごはん ほしだいこんのもの すいとんふうすーぶ	米 油 ワンタン皮 じゃが芋 パン きび糖	スキムミルク 鶏肉 厚揚げ 卵	切干し大根 人参 もやし しいたけ いんげん 白菜 葉ねぎ	すきむみるく ☆ふれんちとーすと	
30	金	すきむみるく ばなな	ごはん すごもりたまご もやしのごまあえ みそしる	米 パン粉 ごま 白玉粉 サンザタ	スキムミルク 豚肉 卵 油揚げ いりこ 麦みそ 豆腐	玉ねぎ 人参 ひじき きゅうり もやし わかめ 山東菜 葉ねぎ パイン(缶)	すきむみるく ☆とうふだんご ぱいん	

いただきます



※行事・材料等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

- ・おやつ☆マークは手作りおやつです。 ・0歳児さんには離乳食をご用意いたします。
- ・「午前おやつ」は3歳未満児さんの朝のおやつになります。

☆ご入園・ご進級おめでとうございませう☆

子供たちが、みんなで一緒に給食を食べることに次第に慣れ、自分から食べる意欲が育っていくよう微力ながらお手伝いさせていただきます。

◎朝から元気に活動できるよう、朝ごはんを食べて登園しましょう。



